



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МКОУ ДОД ДЮСШ

Долгов А.А.

Приказ от 31 08 2020 г. № 53

**Учебный план**  
**Муниципального казенного**  
**образовательного учреждения**  
**дополнительного образования детей –**  
**«Детско-юношеская спортивная школа»**  
**на 2020 – 2021 учебный год**

## Пояснительная записка

Учебный план разработан в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г., порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам (приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), Уставом МКОУ ДОД ДЮСШ от 22.01.2015 г. № 67.

Учебный план направлен на достижение основных целей МКОУ ДОД ДЮСШ:

- разностороннее физическое развитие и спортивное совершенствование детей и молодежи;
- организация спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- реализация дополнительных образовательных программ и услуг в интересах личности, общества и государства;
- привлечение населения к занятиям физической культурой и спортом;
- организация досуга и отдыха населения.

При разработке учебного плана соблюдалась преемственность между этапами обучения, учитывались материально-технические, региональные условия, кадровый состав, календарь областных и городских соревнований, дополнительные образовательные программы по видам спорта.

Каждая программа представляет собой нормативный документ, утвержденный педагогическим советом.

Дополнительные образовательные программы МКОУ ДОД ДЮСШ направлены на физкультурно-спортивную деятельность для обучающихся от 9 до 18 лет:

- волейбол – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 8 лет обучения, 39 учебных недель в году;
- легкая атлетика – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 8 лет обучения, 39 учебных недель в году;
- футбол – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 8 лет обучения, 39 учебных недель в году;
- волейбол – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 1 год обучения (СО), 39 учебных недель в году;
- лёгкая атлетика – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 1 год обучения (СО), 39 учебных недель в году;
- футбол – дополнительная образовательная программа, рассчитанная на 1 год обучения (СО), 39 учебных недель в году.

МКОУ ДОД ДЮСШ организует учебно-тренировочные занятия в группах

начальной подготовки и учебно-тренировочных группах, спортивно-массовые мероприятия в режиме шестидневной учебной недели.

Учебный план соответствует объему учебной нагрузки обучающихся.

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые учебно-тренировочные занятия.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

- на этапе начальной подготовки 1 года обучения и на спортивно-оздоровительном этапе – 2 академических часов;
- на этапе начальной подготовки 2 и 3 годов обучения – 3 академических часов;
- на учебно-тренировочном этапе – 4 академических часов.

Минимальное количество обучающихся в группах

Вид спорта	Этапы обучения							
	Начальная подготовка			Учебно-тренировочный				
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Волейбол	15	14	14	12	12	12	12	12
Лёгкая атлетика	15	14	14	12	10	10	8	8
Футбол	18	18	18	17	16	15	14	14

Минимальный возраст зачисления обучающихся

Вид спорта	Этапы обучения							
	Начальная подготовка			Учебно-тренировочный				
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Волейбол	9	10	11	12	13	14	15	16
Лёгкая атлетика	9	10	11	12	13	14	15	16
Футбол	9	10	11	12	13	14	15	16

Режим учебно-тренировочной работы

Вид спорта	Этапы обучения							
	Начальная подготовка			Учебно-тренировочный				
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Волейбол	6	9	9	12	14	16	18	20
Лёгкая атлетика	6	9	9	12	14	16	18	20
Футбол	6	9	9	12	14	16	18	20

Минимальное количество обучающихся в группах, возраст и режим учебно-тренировочной работы в спортивно-оздоровительных группах соответствуют 1 году обучения на этапе начальной подготовки.

Формы периодичности и порядка текущего контроля успеваемости

и промежуточной аттестации обучающихся:

- сдача контрольно-переводных нормативов;
- стабильность посещения учебно-тренировочных занятий;
- уровень усвоения основ техники избранного вида спорта, навыков гигиены и самоконтроля.

### **Режим и формы занятий с обучающимися МКОУ ДОД ДЮСШ**

1. Режим занятий обучающихся в МКОУ ДОД ДЮСШ устанавливается расписанием, утверждаемым директором МКОУ ДОД ДЮСШ по представлению тренеров-преподавателей с учётом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

2. Учреждение реализует программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в МКОУ ДОД ДЮСШ начинается 01 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей осуществляется с 01 сентября по 01 октября.

3. Занятия в объединениях по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения. В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом обучающихся.

4. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресенье.

5. Занятия для несовершеннолетних обучающихся начинаются не ранее 08.00 часов. Окончание занятий – не позднее 20.00 часов.

6. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами, нормативами и составляет: на спортивно-оздоровительном этапе – 2 часа, на этапе начальной подготовки – 3 часа, на учебно-тренировочном этапе – 4 часа. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. В зависимости от особенностей спортивной подготовки занятия проходят без перерыва. Максимальный количественный состав групп – до 30 человек в зависимости от этапа подготовки.

7. Объём нагрузки на учебно-тренировочном занятии определяется тренером-преподавателем в соответствии с месячным планом и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями обучающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных

примерной программой для системы дополнительного образования детей и рабочей программой по виду спорта.

8. В каникулярное время МКОУ ДОД ДЮСШ может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы, многодневные туристические походы, учебно-тренировочные занятия, судейскую и инструкторскую практику. Обучающиеся учебно-тренировочных групп могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не менее 8-ми обучающихся на каждого тренера-преподавателя, с условием, что выезд организует сам тренер-преподаватель.

9. Иные особенности режима занятий обучающихся МКОУ ДОД ДЮСШ устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

10. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы являются проведение соревнований, фестивалей, турниров по различным видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.

№ п/п	ФИО тренера	Название программы	Уровень	Направления	Количество обучающихся в группе	Этапы обучения	Количество часов	
							В неделю	В год
1	Каретников В.И.	Образовательная рабочая программа по л/а	Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	10	УТ-3	16	624
			Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	8	УТ-4	18	702
			<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>2 гр.</b>	<b>34</b>	<b>1 326</b>
2	Левина Т.В.	Образовательная рабочая программа по л/а	Основное общее обр.	Физик.-спорт.	15	НП-1	6	234
			Основное общее обр.	Физик.-спорт.	14	НП-2	9	351
			Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	8	УТ-4	18	780
<b>Итого:</b>		<b>37</b>	<b>3 гр.</b>	<b>33</b>	<b>1 365</b>			
3	Рождественский С.Н.	Образовательная рабочая программа по л/а	Основное общее обр.	Физик.-спорт.	15	НП-1	6	234
			Основное общее обр.	Физик.-спорт.	14	НП-2	9	351
			Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	10	УТ-2	14	546
<b>Итого:</b>		<b>39</b>	<b>3 гр.</b>	<b>29</b>	<b>1 131</b>			
4	Кирилин А.А.	Образовательная рабочая программа по волейболу	Основное общее обр.	Физик.-спорт.	14	НП-3 (девушки)	9	351
			Основное общее обр.	Физик.-спорт.	14	НП-3 (юноши)	9	351
			Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	12	УТ-3	16	624
<b>Итого:</b>		<b>40</b>	<b>3 гр.</b>	<b>34</b>	<b>1 326</b>			
5	Колесников В.А.	Образовательная рабочая программа по футболу	Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	14	УТ-4	18	702
			Среднее общее обр.	Физик.-спорт.	14	УТ-4	18	702
			<b>Итого:</b>		<b>28</b>	<b>2 гр.</b>	<b>36</b>	<b>1 404</b>

6	Голунов С.В.	Образовательная рабочая программа по футболу	Основное общее обр.	Физик-спорт.	18	НП-3	9	351
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	18	НП-3	9	351
7	Долгов А.А.	Образовательная рабочая программа по волейболу	Среднее общее обр.	Физик-спорт.	16	УТ-2	14	546
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
8	Абрамова Ю.А. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по волейболу	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
9	Елизаров А.В. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по футболу	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
10	Кирилина Н.В. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по волейболу	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
11	Кирюхина Т.И. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по волейболу	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
12	Шилкина Е.Н. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по л/а	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
13	Шмидт В.И. (совместитель)	Образовательная рабочая программа по л/а	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
14	ВАКАНСИЯ	Образовательная рабочая программа по л/а	Основное общее обр.	Физик-спорт.	15	СО	6	234
			Итого:	Итого:	СО – 120	СО – 8 гр.	СО – 48	СО – 1872

Количество групп – 25: СО – 8 групп; НП – 9 групп; УТ – 8 групп.

Количество обучающихся – 349.

Количество часов в неделю – 252 часа.